

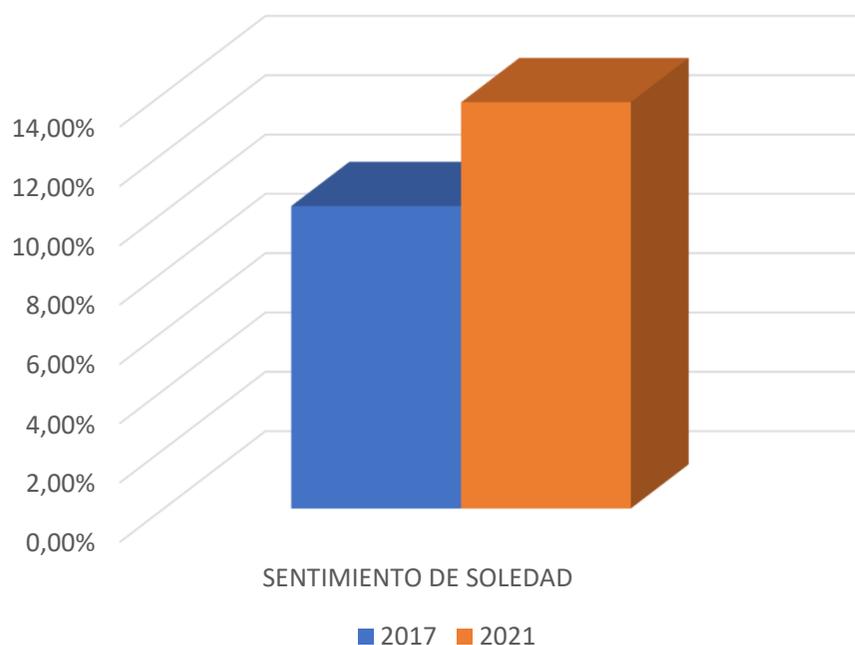


Proyecto de ciudad:
Intervención socio sanitaria
frente a la
SOLEDAD NO DESEADA
2021



FOMENTO DE POLITICAS MUNICIPALES QUE POTENCIAN LA SALUD Y EL BIENESTAR DE LAS PERSONAS

Cifras de la soledad en Madrid



La soledad no deseada (SND) es un grave problema de **salud pública y social**

El Ayuntamiento de Madrid pone en marcha un **proyecto de ciudad de prevención de soledad no deseada**

Inclusión de la SND en la agenda política ratificado por los Acuerdos de la Villa Julio 2020

META: Fomentar una sociedad en red donde las personas se vinculen y se favorezca la salud y el bienestar FOMENTO DE POLITICAS



PREVENCIÓN UNIVERSAL

Dirigida a la población en general, instituciones y organizaciones

Avanzar en un entorno sensible y acogedor frente a la soledad

Sensibilizar y promover la creación de vínculos en la comunidad

Informar y sensibilizar para prevenir la soledad no deseada

PREVENCIÓN SELECTIVA

Dirigida a personas o grupos con mayor riesgo de sentir soledad

Detectar riesgos y prevenir los problemas de salud

Impulsar factores de protección. Reducir factores de riesgo

Retrasar o revertir el avance de los factores de riesgo de soledad a través de actividades

PREVENCIÓN INDICADA

Dirigida personas o grupos identificados con sentimiento de soledad que generan malestar

Intervenir con personas o grupos con sentimiento de soledad

Identificar y trabajar sobre factores relacionados como fragilidad, aislamiento exclusión.



SENSIBILIZACIÓN

Sensibilización
prevención
soledad
en más
de
11.000 personas

Actividades Comunitarias

Carpas de sensibilización

Acciones en espacios educativos

Intervenciones en medios locales

Rutas de sensibilización

Acciones de sensibilización en comercios de barrio

**Actividades
para todas las
edades**

Actividades grupales
con población con deterioro cognitivo leve y sus familias

Talleres de generatividad

Grupos del Programa de ejercicio al aire libre

**Actividades
para población
mayor**





PREVENCIÓN
UNIVERSAL

ESPACIOS DE ENCUENTRO

PARA TODAS LAS EDADES

PARA PERSONAS MAYORES

CMSc
Madrid Salud
185.820 personas
18 Centros
3.540 Espacios de Encuentro

Centros Municipales de
Mayores
331.000 personas
91 Centros

ESPACIOS DE DIGITALIZACIÓN

Espacios para superar la brecha digital

REDES VECINALES

Espacios vecinales virtuales para conectar personas y conocer eventos del distrito

ACTIVIDADES de BIENESTAR EMOCIONAL

Actividades para facilitar el encuentro interpersonal en los barrios

Recurso socializador

destinados a promover la convivencia de los mayores, propiciando la participación y la integración social

ACTIVIDADES EN LOS CENTROS DE MAYORES

Actividades manuales, culturales, artísticas, mantenimiento físico, aulas informáticas, actividades intergeneracionales



ATENCIÓN A GRUPOS CON FACTORES DE RIESGO

PREVENCIÓN
SELECTIVA

 | madrid  salud

ADOLESCENTES Y JÓVENES 872 participantes

- Proyecto de prevención de SND para jóvenes en exclusión social
- Todo oídos con la comunidad sorda
- Grupos de Apoyo Mutuo
- Quedadas saludables
- Tejiendo redes
- Conectando generaciones
- Encuentro Grupos SND

PARA PERSONAS MAYORES 3124 participantes

- Talleres habilidades sociales
- Talleres de apoyo social
- Programa Cuidar a quienes cuidan
- Madrid te acompaña
- Actividades socializadoras



Madrid
Servicios
Sociales



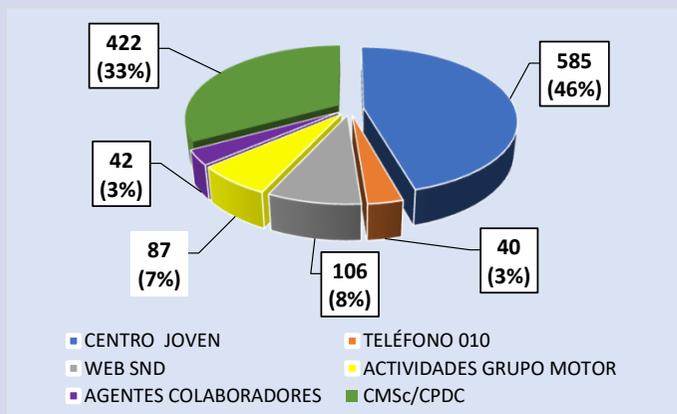
ATENCIÓN A GRUPOS CON FACTORES DE RIESGO

PREVENCIÓN
SELECTIVA
(2)

1.282 personas
detectadas todas las
edades

PARA PERSONAS
MAYORES
930 personas detectadas

- A través de los siguientes canales:



- TAD Plus (300)
- Visitas domiciliarias (630)





PREVENCIÓN
INDICADA

ATENCIÓN A GRUPOS CON FACTORES DE RIESGO

TODAS LAS EDADES:
1.282 personas
atendidas

- Talleres de bienestar emocional y habilidades para la vida
- Talleres de prevención del duelo
- Apoyo psicológico
- Coordinación y derivación a otras redes especializadas
- Seguimiento periódico

madrid  salud

PARA PERSONAS
MAYORES
1.269 personas
atendidas

- Talleres de abordaje de la soledad
- Acompañamiento domiciliario
- TAD con Voluntariado



Madrid
Servicios
Sociales



Recursos municipales

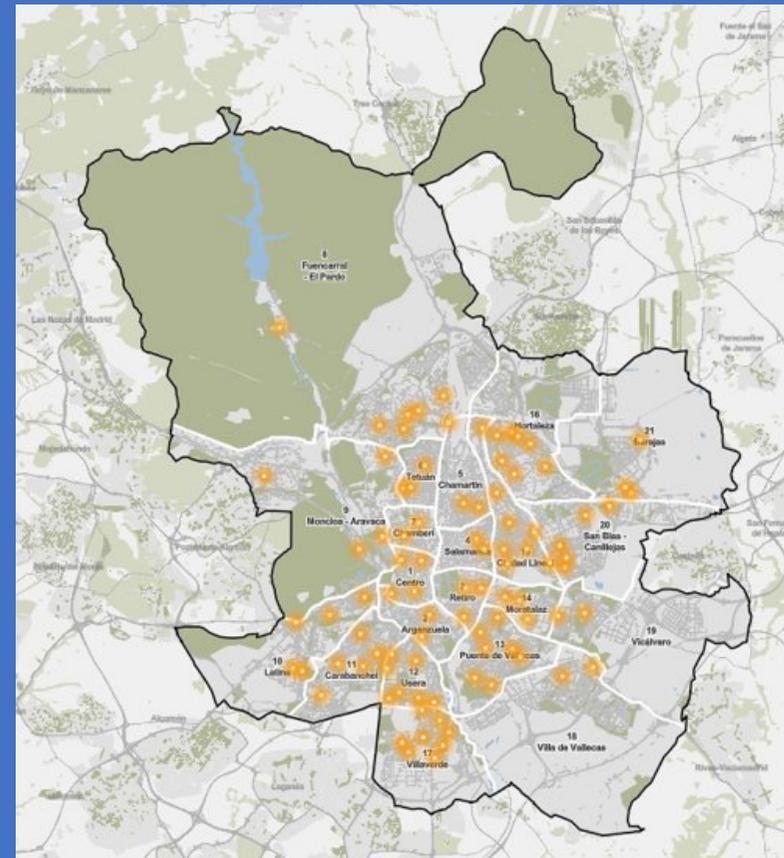
Recursos municipales

16 Centros Municipales de Salud Comunitaria
CMSc



+ Centro Joven
Centro de Prevención del Deterioro Cognitivo

91 Centros Municipales de Mayores



Actuaciones de
soporte del proyecto
de Soledad no
Deseada

ACTUACIONES DE SOPORTE



voluntariado

Red de
colaboradores



Materiales divulgativos



Investigación



Jornadas y foros técnicos



www.soledadnodeseada.es

www.madridmayores.es

APP y redes sociales



FOMENTO DEL VOLUNTARIADO

765 personas voluntarias

1549 personas atendidas



RED COLABORACIONES ENTIDADES PÚBLICAS Y PRIVADAS

457 reuniones de difusión y coordinación

210 espacios de formación y coordinación

1.131 participantes

797 agentes colaboradores formados/as





FOROS TÉCNICOS



Simposium Psicología del Envejecimiento 2021

Connecting EC-JRC & Madrid on loneliness interventions 2021

Simposium soledad no Deseada en las personas mayores 2021

Jornadas Soledades San Blas-Canillejas 2021

Conferencia sobre el envejecimiento activo, calidad de vida y bienestar 2021

INVESTIGACIÓN



Estudio sobre la Soledad no deseada Madrid 2018

Monográfico Soledad no Deseada Madrid 2021

Estudio cualitativo de soledad no deseada en la población adolescente y joven de Madrid 2021

Beca Investigación sobre la brecha digital en jóvenes y su relación con la Soledad no deseada 2021



DIVULGACIÓN

Campañas Publicitarias

- Soledad no deseada
- Madrid vecina
- Madrid te acompaña

Materiales físicos

- Cartelería marquesinas
- Cartas
- Guías y folletos
- Cuadernillos

Otros

- En comercios y otros espacios públicos y privados (red de agentes colaboradores)
- Noticias e Intervenciones en medios

Redes Sociales

- Twitter
- Instagram
- Facebook
- Tik Tok

Web

- www.soledadnode seada.com
- www.madridmayores.es



CAMINA EN COMPAÑÍA

Actividades de los Centros Municipales de Salud Comunitaria

Ureste	Todos los jueves a las 9.30h. Parque Pradolongo Atocha, Puñalón Ruta saludable ☎ 91.460.72.00	Estimama	Martes 30 de Noviembre 9.45 C/ Alcala, 83 Paseo de barrio Contra la soledad de género Paseo@barriodigital.com
Villaverde	Todos los viernes a las 17h. Atocha, De la Falsedad, 17 Paseos saludables ☎ 91.588.92.60 ☎ 91.480.49.39	C. Lineal	15.20 y 20.15h a las 16.30h. Plaza de Agustín González, 1 Paseo por Ciudad Lineal ☎ 62603136
Villavieja	Todos los jueves a las 10.30h. C/ Cuadros, 28 Ruta WAP ☎ 91723260 / 91723262 No es necesario inscripción	Comarcal	Miércoles 17 a las 17.00h. Atocha, Morcilla de Lencas, 28 Café Te-Ando por el Barrio del Pilar ☎ 626 822 326
San Lorenzo	Todos los miércoles a las 9.30h. Salida desde Pº Federico García Lorca (Metro Villa de Valcayo) Paseo saludable ☎ 917 791 212 No es necesario inscripción	Tetuán	Miércoles 3 de 17 a 19h. C/ Arguís, 1 Paseos por mi barrio ☎ 915 88 66 75
Centro	Todos los martes de 10.00 a 10.30 C/ Nueva de Toledo, 10 Conocerse el camino ☎ 690 209 466	Chamartín	Lunes 29 a las 10.30h. C/ Morcilla, 28 Ruta WAP Inauguración ☎ 626 822 326

¿A veces sientes soledad?

SESIONES GRUPALES EN TU DISTRITO

SESIONES GRUPALES DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO
Promoción de un envejecimiento activo y saludable a través de la participación social, promoción de los derechos y de las competencias de las personas mayores.
Febrero y marzo de 2022

SESIONES GRUPALES DE HABILIDADES SOCIALES
Fomento de habilidades sociales como medio para contribuir a mejorar la relación con los demás y tener relaciones sociales más satisfactorias.
Febrero y marzo de 2022

SESIONES GRUPALES DE APOYO SOCIAL
Desarrollo de habilidades orientadas a la identificación de redes sociales y como inócar en el establecimiento de vínculos sociales saludables y funcionales.
Abril y mayo de 2022

SESIONES GRUPALES DE ABORDAJE DE LA SOLEDAD
Identificación de la soledad no deseada y conocimiento de las emociones asociadas a ella para favorecer la integración social de la persona.
Abril y mayo de 2022

¡Involúcrate en el mundo de referencia de tu distrito y participa!

¿Cómo saber si una persona cuidadora necesita ayuda?

Conocer los factores que pueden afectar al bienestar de una persona cuidadora.

- Ansiedad o depresión
- Falta de recursos económicos
- Falta de tiempo libre
- Falta de apoyo emocional
- Falta de formación
- Falta de información
- Falta de recursos humanos
- Falta de recursos técnicos
- Falta de recursos físicos
- Falta de recursos psicológicos
- Falta de recursos sociales

EL PRIMER PASO PARA CUIDAR BIEN ES CUIDARSE

INSCRIPCIONES ON LINE
www.madrid.es/mayores
En el Centro de Servicios Sociales
☎ al teléfono 900 361 914
Más información en el 805

PROGRAMA CUIDAR A QUIENES CUIDAN

¿Qué significa cuidar?
Cuidar significa dedicar tiempo, energía y recursos a otra persona que necesita ayuda para vivir con dignidad y bienestar.

¿Por qué es importante?
El cuidado es una actividad esencial para el bienestar de las personas que necesitan ayuda.

¿Qué pretendemos?
Queremos mejorar la calidad de vida de las personas cuidadoras y de las personas cuidadas.

¿Cómo se realiza?
A través de actividades grupales y individuales que fomentan el apoyo mutuo y el intercambio de experiencias.

¿A quién va dirigido?
A todas las personas que cuidan a alguien con dependencia funcional.

¿Qué beneficios tiene?
Ayuda a reducir el estrés, la ansiedad y la soledad. Mejora las habilidades sociales y el bienestar emocional.



DIVULGACIÓN

www.soledadnodeseada.es

Página sobre la prevención de la soledad no deseada del Ayuntamiento de Madrid

87.000 visitantes

- **Redes sociales Twitter, Facebook o Instagram entre otras** , publicaciones divulgativas de las distintas actividades del programa:
Accem, Bibliotecas Municipales,

<http://moverseescuidarse.pebetero.com/> y <https://www.cuidaraquienescuidan.com/>

- **Noticias aparecidas en medios sobre el programa de acompañamiento a la soledad:**
Telemadrid, ABC y COPE
- **Envío de cartas a personas mayores de 65 años (Campaña Madrid te acompaña):**
485.479 cartas



DIVULGACIÓN

<https://soledadnodeseada.es/>



madrid
salud



familias, igualdad y
bienestar social

Página sobre la prevención de la soledad no deseada del Ayuntamiento de Madrid



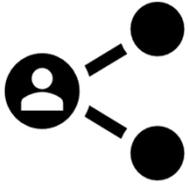
MADRID



La amistad ayuda a prevenir la Soledad No Deseada



MADRID



DIVULGACIÓN

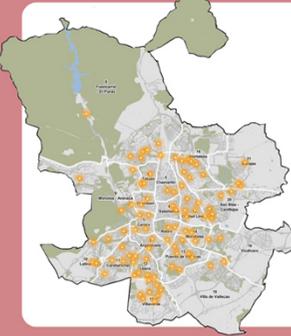
La compañía ayuda a prevenir la Soledad No Deseada

010 Atención ciudadana

MADRID familias, igualdad y bienestar social

Centros Municipales de Mayores

Espacios para prevenir y paliar la soledad no deseada



Son espacios donde se realizan actividades de prevención de la dependencia y promoción del ocio y envejecimiento activo, con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas mayores

Abiertos de lunes a domingos

91 Centros distribuidos por los 21 distritos de la ciudad de MADRID

Los Centros Municipales de Mayores siguen abiertos en verano

INFORMACIÓN www.madrid.es/mayores 010

soledadnosedada.es

MADRID

La amistad ayuda a prevenir la Soledad No Deseada

madrid salud

010 Atención ciudadana

Centros Municipales de Salud comunitaria

Espacios para prevenir y paliar la soledad no deseada



La ciudad de Madrid cuenta con centros especializados en la promoción de la salud y la prevención de la soledad no deseada

En los CMSc se ayuda a las personas, grupos y comunidades a incrementar estilos y espacios de vida saludables.

16 CMSc + Centro Joven + CPDC distribuidos por los 21 distritos de MADRID

Horarios: de 8 a 20 h de lunes a viernes. Julio y agosto cerrado tardes

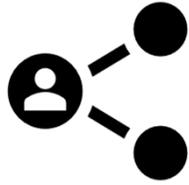
INFORMACIÓN www.soledadnosedada.es 010

soledadnosedada.es

MADRID

soledadnosedada.es

MADRID



DIVULGACIÓN

La cercanía ayuda a prevenir la Soledad No Deseada

CREANDO COMUNIDAD

Carpas sobre la soledad no deseada

Centro Municipal de Salud Comunitaria Ciudad Lineal

21 de octubre de 11.30 a 13.00 Plaza de Quintana

Centro Municipal de Salud Comunitaria Tetuán

26 de octubre de 9.30 a 12.30 C. Aguilafués, nº 1

soledadnosedada.es MADRID

La cercanía ayuda a prevenir la Soledad No Deseada

CAMINA EN COMPAÑÍA

Ven a practicar actividad física y saludable

Centro Municipal de Salud Comunitaria Centro-Marino

21 y 28 de octubre de 10.30 a 12.00h C/ Nueva de Tetuán, 10 690 309 466

Centro Municipal de Salud Comunitaria Hortaleza

19 y 26 de octubre de 10.30 a 12.00h C/ Juan Clemente Nolas, 2 626 051 136

Centro Municipal de Salud Comunitaria Tetuán

20 de octubre de 17.30 a 19.00h C/ Aguilafués, nº 1 915 886 675

Centro Municipal de Salud Comunitaria Ciudad Lineal

18 y 25 de octubre de 10.30 a 12.00h Pza. de Aguilafués, 1 626 051 136

Centro Municipal de Salud Comunitaria Latina

23 de octubre de 9.30 a 11.30h C/ Saldes de Andre Laguna 914 784 666 y 679 360 179

Centro Municipal de Salud Comunitaria Chamberí

21 y 28 de octubre de 12.00h Rafael Calvo, 9 626822326

soledadnosedada.es MADRID

La amistad ayuda a prevenir la Soledad No Deseada

BIENESTAR EMOCIONAL

Actividades de los Centros Municipales de Salud Comunitaria

Hortaleza Café vecinal

18 de octubre a las 10h C/ Juan Clemente 626 051 136

Centro Joven Grupo de Apoyo Mujeres

17 de octubre de 17.00 a 18.30h C/ Chamarí, nº 2 916 886 675

Tetuán Encuentro de Red vecinal

17 de octubre de 17.00 a 18.30h C/ Chamarí, nº 2 916 886 675

Fuencarral-El Pardo Construyamos comunidad

Lunes 27 de octubre de 18h C/ Maraca, 18 915 883 917

Ciudad Lineal Resonancias

18 de octubre de 10.30 a 12.00h C/ Quintana 626 051 136

Latina Agencia Madrid Madrid (empresarial)

22 de octubre de 12.00h C/ Quintana Paredes 679 360 179

Centro de Prevención de Deterioro Cognitivo

Lunes 16 y 23 de octubre de 10h C/ Maraca, 22 626 051 136

Chamberí Agencia a mejor comunidad

17 de octubre de 12.00h C/ Calabazanos, 6 914 883 326

Usara Mujer Café vecinal

20 de octubre de 10h a 12h C/ Arana, 3 91 460 72 00

soledadnosedada.es MADRID

La cercanía ayuda a prevenir la Soledad No Deseada

¿Construimos UN INVERNADERO?

Centro Municipal de Salud Comunitaria San Blas C/ Pabellón del Valle, 13 B

Talleres abiertos en la Huerta de Conchi

Co-diseño

Sesión 1: miércoles 13 oct. de 17.00 a 19.00h.
Sesión 2: viernes 15 oct. de 10.00 a 12.00h.
Sesión 3: miércoles 20 oct. de 17.00 a 19.00h.
Sesión 4: viernes 22 oct. de 10.00 a 12.00h.

Construcción colaborativa

Sesión 1: miércoles 10 nov. de 10 a 14 h y de 15.00 a 18.00 h.
Sesión 2: miércoles 17 nov. de 10 a 14 h y de 15.00 a 18.00 h.
Sesión 3: viernes 19 nov. de 10 a 14 h y de 15.00 a 18.00 h.

soledadnosedada.es MADRID

La cercanía ayuda a prevenir la Soledad No Deseada

Aprende a USAR TU MÓVIL

Actividades de los Centros Municipales de Salud Comunitaria

Villa de Vallecas

Martes 2/11 a las 16:30h a viernes 5/11 a las 10:30h.
C/ Sierra de Gádor, 68
913 807 910 / 689 798 808

Vicálvaro

Todos los Jueves desde el 28/10/21
C/ Calahorra, 11
917 753 260 / 917 753 262

Chamberí (Tutorías individual)

Martes 2/11 de 16:30 h a 19:30h
C/ Rafael Calvo, 6
915 886 783 / 626 822 326

Chamberí (Grupos)

2 y 9 de noviembre a las 18:00h.
15/11 a las 12:00h
C/ Rafael Calvo, 6
915 886 783 / 626 822 326

soledadnosedada.es MADRID

La amistad ayuda a prevenir la Soledad No Deseada

ARTE TERAPIA

Centro Municipal de Salud Comunitaria Hortaleza

Arterterapia

20 y 27 de octubre de 17.30 a 19.00h.
C/ Juan Clemente Nolas, 2 626 051 136

Centro Municipal de Salud Comunitaria Villaverde

Mural comunitario

18 y 25 de octubre de 17.30 a 19.30h
C/ Maribona Oviat, 12 917 809 713

Centro Municipal de Salud Comunitaria San Blas

VinculARTE

19 de octubre de 17.00 a 18.30h.
C/ Pabellón del Valle, 13 91 760 96 47 / 56

Centro Municipal de Salud Comunitaria Ciudad Lineal

Encuentro creativo

21 y 28 de octubre de 17.00 a 18.30h.
C/ Aguilafués, 1 626 051 136

soledadnosedada.es MADRID

La cercanía ayuda a prevenir la Soledad No Deseada

OCIO y TIEMPO LIBRE

Programación 2ª quincena de noviembre

Actividades del Centro Municipal de Salud Comunitaria

Miércoles 24 a las 18:00h C/ Calabazanos, 2

FUENCARRAL

Grupo de gestión de Tiempos Libres

626 822 326

Lunes 22 de 10h a 11:30h C/ Arana, 3

USARA

Banco social barrio

914 607 200

Jueves 18 a las 17:00h C/ Rafael Calvo, 6

SALAMANCA-RETIRO

Grupo de gestión del ocio

915886784/626822326

Todos los viernes de 11 a 12:30h Parque Quinto Fuente del Barro C/ Arana, 3

CHAMBERÍ

Grupo de gestión del ocio

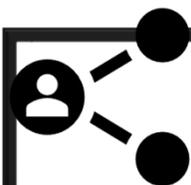
696630763 / 636073801

Pleno y horas en la Casa de Cultura

914 607 200

soledadnosedada.es MADRID

DIVULGACIÓN



Quedadas saludables

9 aBRIL

VISITA FARO DE MONCLOA Y TEMPLO DE DEBOD

Pasaremos un buen rato visitando dos sitios emblemáticos de nuestra ciudad.

CENTRO JOVEN

636.073.801

(Si te interesa, manda un whatsapp)

SIGN UP

madridsalud.es MADRID

Aquí prevenimos la soledad no deseada

CENTRO JOVEN
C/ Navas de Tolosa, 10 (2º Planta)
915 889 677
diazhmaria@madrid.es
ppozol@serviciovinculos.org

Centrojuven_ms

TALLER RE-CONECTA



madridsalud.es MADRID

¿Pertenece a la comunidad sorda?

Puedes pedir cita en **Centro Joven**

consultacomunidadsorda@madridsalud.es

madridsalud.es MADRID